

Согласовано



директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1" /Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

30 сентября 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,9	6,9	26,1	200
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,8	1,0	17,2	97
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	78	5,9	2,3	40,3	206
Итого				15,7	19,3	83,7	578
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,2	103
2008	442	СОК	175				
Итого				7	4,1	20,4	153
Обед							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,7	4,6	12	119
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	13,9	13,8	13	241
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4	16,7	127
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,2	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,2	103
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,5	20,5	89
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				29,4	24,8	118,3	835
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				3,2	3,9	43,9	223
Всего				55,3	52,1	266,3	1789

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано

директор
 ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"
 Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

30 сентября 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,9	6,9	26,1	200
1994	630, ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,8	1,8	17,2	97
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	78	5,9	2,3	40,3	206
Итого				15,7	19,3	83,7	578
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,2	103
2008	442	СОК	175				
Итого				7	4,1	20,4	153
Обед							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,7	4,6	12	119
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	13,9	13,8	13	241
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4	16,7	127
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,2	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,2	103
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,6	20,5	89
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				29,4	24,8	118,3	835
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				3,2	3,9	43,9	223
Всего				55,3	52,1	266,3	1789

Осокина С.С.

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Буличева С.Е.

